

দুরারোগ্য রোগের প্রকোপ কমাতে
খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানগুলির
জন্য নীতিগত উদ্যোগ

দুরারোগ্য ব্যাধি প্রতিরোধ ব্যুরো
(Bureau of Chronic Disease Prevention)

আলোচ্যসূচি

- আমাদের পরিচয়
- খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহের পুষ্টি বিষয়ক নীতি —
 - কোনটি গুরুত্বপূর্ণ?
 - বর্তমান কী কী নীতি আছে?
- প্রশ্ন

আমাদের পরিচয়

আমাদের লক্ষ্য:

সেই প্রত্যেক নিউ ইয়র্কবাসীদের জন্য
যারা সহজে এমন একটি খাদ্য-ব্যবস্থায়
বিচরণ করতে চান যা মানুষ ও
ধরিত্রী উভয়েরই স্বাস্থ্যের জন্য সহায়ক,
এবং তাদের কাঙ্ক্ষিত সেই স্বাস্থ্যকর
খাদ্যের জন্য যা তার **পেতে ও ক্রয়**
করতে সমর্থ হবেন

মধ্যস্থতার জায়গাগুলি

সামাজিক ও
অর্থনৈতিক
দিকগুলি

আয়ের
অসাম্য ও
খাদ্য পাওয়ার
বিষয়গুলিকে
প্রভাবিতকারী
সামাজিক
পরিস্থিতিগুলি

খাদ্য সরবরাহ

মুদিখানার
তাকগুলিতে
সজ্জিত হবার
আগে
আমাদের
খাদ্যে কী
থাকে

খাদ্যের
পরিবেশ

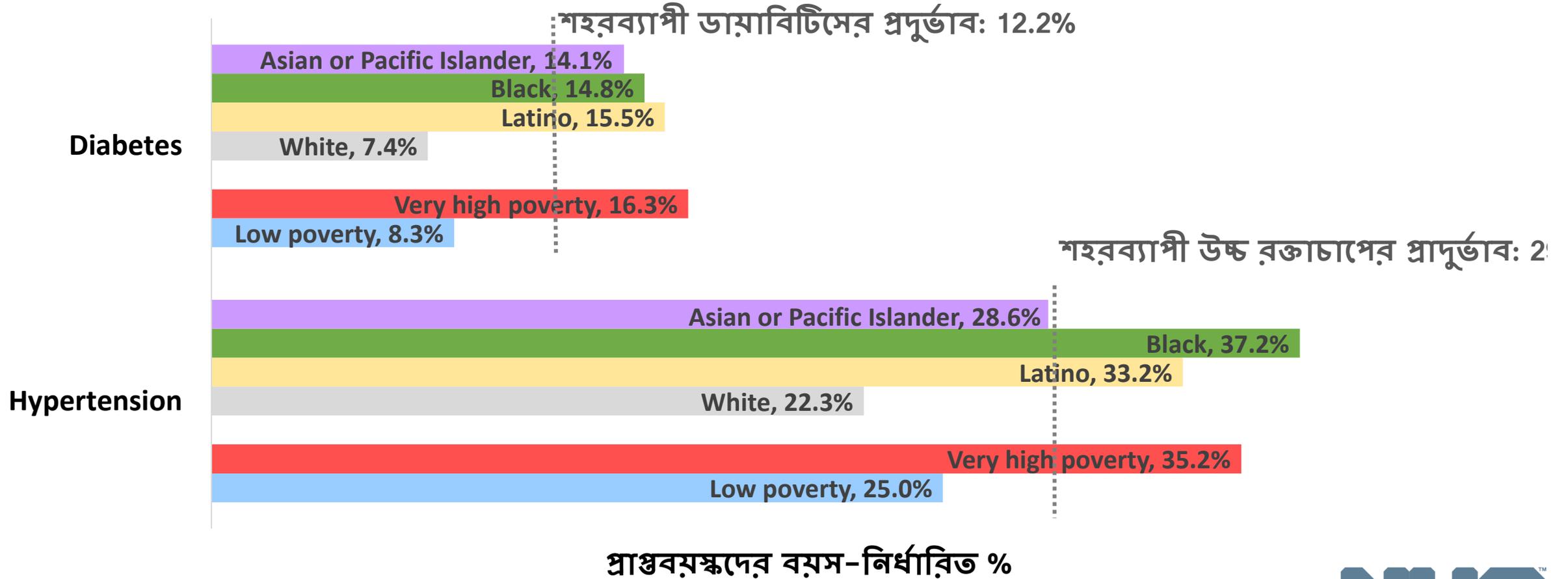
সেই সব স্থান
যেখানে
আমরা খাদ্য
পেতে পারি
(প্রমোশন,
রাখা, পণ্য)

ব্যক্তিগত
দিকগুলি

খাবার-দাবার
বেছে নেবার
জন্য আমাদের
যে সব সংস্থান
ও
দক্ষতাগুলির
প্রয়োজন

খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহের পুষ্টি বিষয়ক নীতি –
কী গুরুত্বপূর্ণ?

NYC-তে অসাম্য ও আহাৰ সংক্ৰান্ত ব্যাধিৰ উচ্চ প্ৰকোপ



সুপারিশ বনাম আহরগত খাদ্যগ্রহণ:

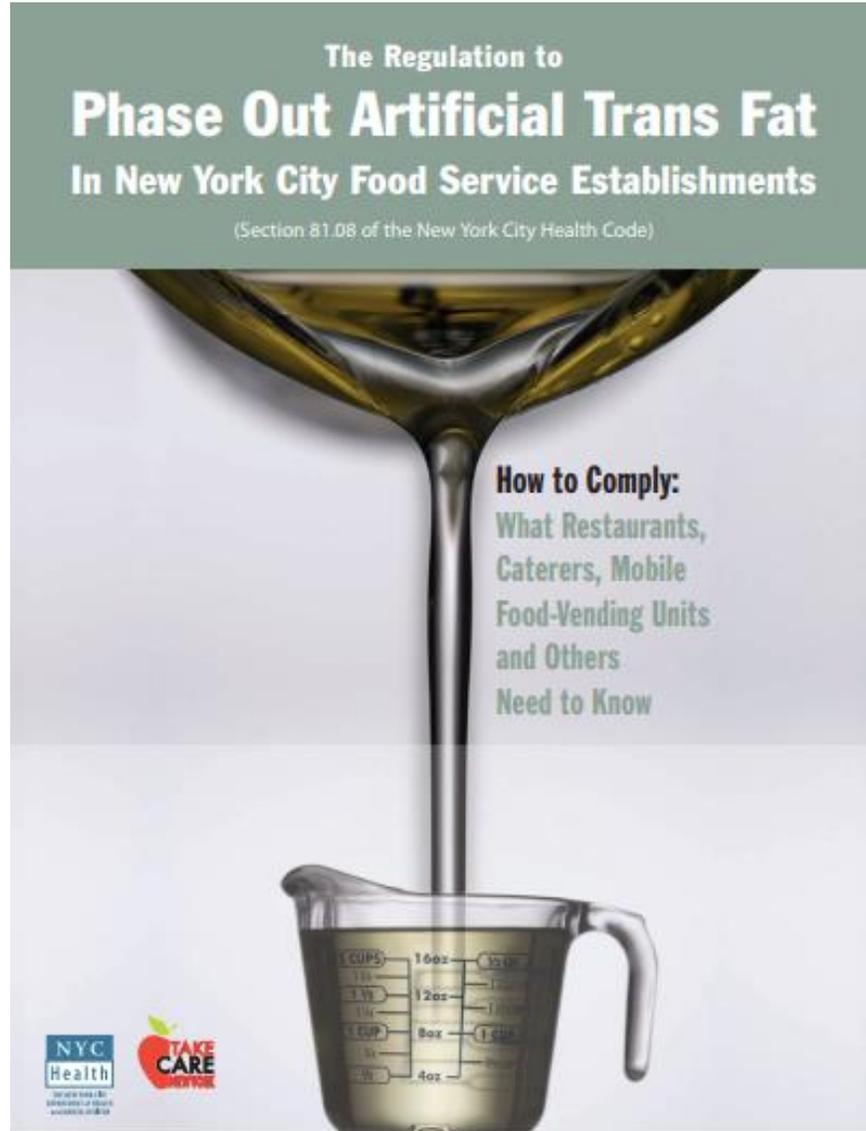
মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের 1 ও তার বেশি বয়সীদের জনসংখ্যার শতাংশ যারা প্রত্যেক আহরগত লক্ষ্যমাত্রার নিচে বা সেই মাত্রায় বা তার উপরে রয়েছেন



*NOTE: Recommended daily intake of whole grains is to be at least half of total grain consumption, and the limit for refined grains is to be no more than half of total grain consumption.

Data Source: Analysis of What We Eat in America, NHANES 2013-2016, ages 1 and older, 2 days dietary intake data, weighted. Recommended Intake Ranges: Healthy U.S.-Style Dietary Patterns (see [Appendix 3](#)).

খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহের পুষ্টি বিষয়ক নীতি –
বর্তমান কী কী নীতি আছে?



কী: NYC প্রশাসন সমস্তু খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানগুলিকে (food service establishments, FSE) ট্রান্স ফ্যাট ব্যবহার করা থেকে আটকাই (2006)

কেন: ট্রান্স ফ্যাট হৃদরোগের ঝুঁকি বাড়ায়।

কীভাবে: স্বাস্থ্য পরিষদ (Board of Health) — NYC-র স্বাস্থ্যবিধিতে সংশোধনী

মূল উপলক্ষের বিষয়গুলি:

- রেস্টোরাঁগুলি দ্রুত অনুবর্তী হয় এবং FDA 2015 সালে GRAS (generally recognized as safe, (সাধারণভাবে নিরাপদ বলে স্বীকৃত) অবস্থা প্রত্যাহার করে নেয়
- গোটা মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের খাদ্য সরবরাহ শৃঙ্খল থেকে ট্রান্স ফ্যাট দূর করা হয়েছে
- NYC-র রেস্টোরাঁগুলি পথ দেখিয়েছে!

অতিরিক্ত তথ্যাবলী nyc.gov/transfat-এ পাওয়া যাবে।



কী: স্বাস্থ্যকর শিশুর আহার বিষয়ক বিল (Healthy Kids' Meal Bill) (2019)

কেন: বাড়তি চিনি খাওয়া স্বাস্থ্যের নেতিবাচক প্রভাবগুলির সাথে যুক্ত। শিশুরা বাড়তি চিনি খায়, যা তাদের স্বাস্থ্যে নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে।

কীভাবে: শহরের পৌর আইন (City Council legislation) (স্থানীয় আইন (Local Law) [LL] 75)

মূল উপলক্ষের বিষয়গুলি:

শিশুদের খাদ্যে কেবলমাত্র নিম্নোক্ত পূর্বনির্ধারিত পানীয়ের বিকল্পগুলিই অন্তর্ভুক্ত থাকবে:

- সাধারণ বা ছিটানো জল
- স্বাদযুক্ত বা স্বাদহীন ফ্যাট বহির্ভূত সামগ্রী বা 1% দুধ বা দুধের বিকল্প কিছু (সর্বাধিক ৪ আউন্স)
- 100% রস, বা জলের সাথে মেশানো 100% রস

অতিরিক্ত তথ্যাবলী পাবেন এখানে

nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/rii/childrens-meal-faq.pdf.

Did You Know?

Eating too many added sugars may lead to type 2 diabetes and weight gain.

Try these healthy options throughout your day:



For more information, visit nyc.gov/health and search for healthy eating, or visit myplate.gov.

10.21



কী: স্বাস্থ্যকর খাদ্যের পোস্টার (2019)

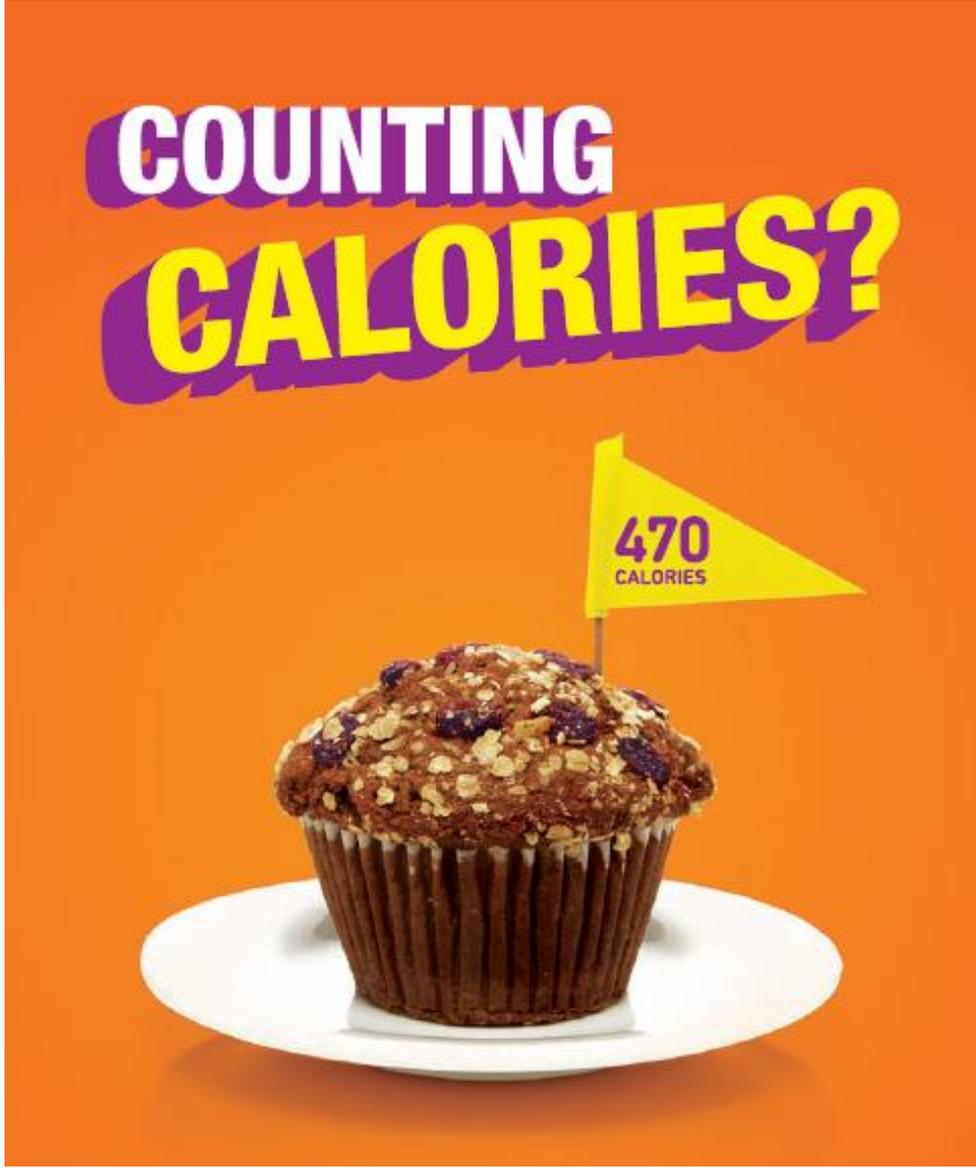
কেন: বাড়তি চিনি টাইপ 2 ডায়াবিটিস ও ওজন বৃদ্ধির কারণ হতে পারে।

কীভাবে: শহরের পৌর আইন (City Council legislation) (LL 138)

মূল উপলক্ষির বিষয়গুলি:

- রেস্টোরাঁগুলিতে অবশ্যই লাগাতে হবে
- স্বাস্থ্যকর খাদ্যের সিদ্ধান্তকে প্রণোদিত করে

অতিরিক্ত তথ্যাবলী পাবেন এখানে
nyc.gov/site/doh/business/food-operators/required-signs.page.



কী: ক্যালোরির লেবেল আঁটা (NYC-তে 2008)

কেন: স্বাস্থ্যকর খাদ্যের সিদ্ধান্ত নিতে গ্রাহকদের তথ্যের প্রয়োজন।

কীভাবে: খাদ্য পরিষদ – NYC-র স্বাস্থ্যবিধি (Health Code) সংশোধন

মূল উপলক্ষির বিষয়গুলি:

- খাদ্য ও শৃঙ্খল খুচরো বিক্রেতাদের অন্তর্ভুক্ত করে (FSE বহির্ভূত)
- প্রতিষ্ঠানগুলির জন্য খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে ক্যালোরির তথ্য দেওয়া আবশ্যিক করে
- 2018 – জাতীয় স্তরে লাগুকরণ
- NYC-র রোস্টোরাঁগুলি পথ দেখিয়েছে!

অতিরিক্ত তথ্যাবলী পাবেন এখানে

nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/permit/cal-label-faq.pdf.



কী: সোডিয়াম সংক্রান্ত সতর্কীকরণ (2015)

কেন: অতিমাত্রায় সোডিয়াম খাওয়া উচ্চ রক্তচাপের সাথে জড়িত এবং তাতে হৃদরোগ ও স্ট্রোকের ঝুঁকি থাকে।

কীভাবে: খাদ্য পরিষদ — NYC-র স্বাস্থ্যবিধি (Health Code) সংশোধন

মূল উপলক্ষের বিষয়গুলি:

- বিপনীগুলিতে সতর্কীকরণ বিবৃতি
- উচ্চমাত্রায় সোডিয়াম সম্বলিত দ্রব্যগুলিকে চিহ্নিত করে ($\geq 2,300$ মিগ্রাঃ)
- বলবৎকরণ শুরু হয়েছে 2016 সালে
- নিউ ইয়র্ক ছিল প্রথম!

অতিরিক্ত তথ্যাবলী পাবেন এখানে

nyc.gov/site/doh/health/health-topics/heart-disease-choose-less-sodium.page.



NEWS

NYC Mayor Signs 'Sweet Truth Act' Regulating How Restaurants Display Added Sugar

Things are changing on some NYC menus.

By [Jelisa Castrodale](#) | Published on November 21, 2023



কী: বাড়তি চিনির সতর্কীকরণ (2022 ও 2023)

কেন: বাড়তি চিনি খাওয়া অত্যধিক ওজন বৃদ্ধি, টাইপ 2 ডায়াবিটিস, উচ্চ রক্তচাপ, স্ট্রোক, হৃদরোগ এবং দাঁতে ছিদ্র হওয়ার উচ্চ ঝুঁকির সাথে জড়িত।

কীভাবে: শহরের পৌর আইন (City Council legislation) (2022 সালের LL 33 এবং 2023 সালের LL 150)

মূল উপলক্ষির বিষয়গুলি:

- সতর্কীকরণ বিবৃতি ও উচ্চমাত্রায় বাড়তি চিনিযুক্ত সামগ্রীর শনাক্তকরণ অন্তর্ভুক্ত
- জনশুনানি অনুষ্ঠিত হয় 5/23-এ
- নিয়মাবলী চূড়ান্তকরণের কাজ চলছে
- নিয়মাবলী প্রকাশের তিন মাসের মধ্যে শিক্ষাদানের সময়কাল শুরু হবে
- নিয়মাবলী প্রকাশের এক বছরের মধ্যে বলবৎকরণ শুরু হবে

পুষ্টি বিষয়ক নীতিমালা – সমস্তু রেস্তোরাঁগুলি

নীতি	উল্লেখন	প্রতিকার যোগ্য	হাজিরার শাস্তি	পূর্বনির্ধারিত শাস্তি
ট্রান্স ফ্যাট	রান্নার তেলে, শর্টেনিং বা মার্জারিনে 0.5 গ্রাম বা তার বেশি কৃত্রিম ট্রান্স ফ্যাট থাকে	না	\$200	\$400
সুস্থ শিশুদের আহার	শিশুদের খাদ্যতালিকায় তালিকাভুক্ত নিষিদ্ধ পানীয়	হ্যাঁ	\$100	\$100
স্বাস্থ্যকর খাওয়া-দাওয়ার পোস্টার	স্বাস্থ্যকর খাওয়া-দাওয়া সংক্রান্ত তথ্য লাগনো হয়নি বা স্পষ্টরূপে লাগানো হয়নি	হ্যাঁ	\$100	\$200

পুষ্টি বিষয়ক নীতিমালা — FSE শৃঙ্খল: 15+ স্থানে

নীতি	প্রতিকারযোগ্য	হাজিরার শাস্তি	পূর্বনির্ধারিত শাস্তি
ক্যালোরির লেবেল লাগানো	না	\$200	\$400
সোডিয়াম সতর্কীকরণ আইকন	না	\$200	\$400

পুষ্টি বিষয়ক নীতিমালার বলবৎকরণ

- উল্লঙ্ঘন লেটার গ্রেডকে প্রভাবিত করে না।
- প্রতিকারযোগ্য উল্লঙ্ঘনগুলি অবশ্যই সাত দিনের মধ্যে সংশোধন করতে হবে।
 - nyc.gov/site/doh/business/violations.page
- নীতিমাল বলবৎকরণ সংক্রান্ত কোন প্রশ্নের ক্ষেত্রে, খাদ্য নিরাপত্তা ও জনসমাজ পরিচ্ছন্নতা ব্যুরো (Bureau of Food Safety and Community Sanitation)-র সাথে যোগাযোগ করুন:
 - 212-676-1600
 - infobfscs@health.nyc.gov
 - 125 Worth St., Floor 10, Room 1020, New York, NY 10013

প্রশ্ন

পুষ্টি সংক্রান্ত আপডেটের জন্য তিন ধরনের উপায়ের যে কোন একটি দিয়ে সাইন-আপ করুন:

1

QR কোড
স্ক্যান করুন



2

আমাদের ওয়েবসাইট
দেখুন

nyc.gov/nutrition

3

অথবা আমাদের
ইমেল করুন

[eatwell@health.
nyc.gov](mailto:eatwell@health.nyc.gov)